

# A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en massage de Bien-Etre et Médecine  
Traditionnelle Chinoise



## PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION TECHNICIEN BIEN-ETRE - TITRE RNCP N° 31482

NB: durant les journées, la supervision de chaque stagiaire est permanente, les erreurs sont corrigées au fur et à mesure et autant de fois que nécessaire.

### Prérequis :

Cette formation est ouverte à toute personne souhaitant s'orienter dans le métier du massage.

### Tronc en commun obligatoire dans 100 heures 30 ou 98 heures

- Anatomie Squelette (14h)
- Anatomie Muscles (14h)
- Anatomie Viscères (7h)
- S'installer dans la profession (7h)
- Communiquer et gérer son activité (14h)
- Marketing et image (14h)
- Maquillage Flash (2h30)
- Toucher excellence (28h)

### Cursus optionnel

161 heures soit 23 jours qui permet de se spécialiser sur plusieurs pratiques de massage de bien-être.

**Le choix des formations devra se faire en fonction de votre projet et de ce que vous souhaitez créer.**

### Stage d'immersion dans un établissement obligatoire de deux semaines

Tous nos stagiaires seront accueillis dans l'établissement de leur choix. Ce stage obligatoire vous permettra de vous projeter dans le métier de Technicien de Bien-Etre. Un rapport de stage sera demandé et à présenter devant le jury.

### Les débouchés

Cette formation vous permettra d'être **à votre compte** ou d'être **employé** afin d'intervenir dans :

- les salons de massage
- les instituts
- les spa
- les hôtels

Centre de Formation A Fleur de Peau  
Siège social : A Fleur de Peau, 6 cours de la  
N° d'activité de centre de formation :  
Tel : 04 78 84 24 91 / 06 69 70 27 27



[www.centre-formation-massage.com](http://www.centre-formation-massage.com)  
Liberté 69003 Lyon - Siret n°502 651 284 00049  
82 69 1254469

# A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en massage de Bien-Etre et Médecine  
Traditionnelle Chinoise



- les maisons de retraites
  - les centres de vacances
  - les bateaux de croisière
  - massage à domicile
  - les centres de loisir
- Etc.

Lors de toutes les formations, les participants auront chacun un support de cours qui permet d'expliquer chaque mouvement grâce à des photos, des schémas et des textes explicatifs. Un espace vide est aussi présent à côté de toutes les photos afin qu'il puisse expliquer avec ses propres termes le mouvement et ainsi mieux le retenir. Des tables de massage, futons, chaises, tabourets, paperboard, vidéoprojecteur, tatamis, différentes huiles sont mises à disposition.

Chaque séance de formation permet de se mettre en condition pour donner un bon massage, tel que la concentration, la respiration, la posture, l'échauffement du corps : Ainsi chaque journée débute par un échauffement d'environ 20mn. Un soin particulier est porté tout au long de la formation sur la posture et l'utilisation du poids de notre corps afin d'éviter de se fatiguer rapidement, mais aussi de donner les meilleures sensations au receveur et pouvoir pratiquer plusieurs séances de massage.

L'enseignement donné est surtout axé sur le côté pratique. La technique enseignée est montrée par petites séquences à tour de rôle sur deux participants volontaires. Les participants reproduisent ensuite les gestes vus quelques minutes plus tôt grâce à la formation de binôme. L'un massera sur l'autre, puis les rôles seront inversés. Ils connaîtront ainsi le ressenti du point de vue du donneur mais également du receveur. La formatrice ou le formateur corrigeront alors les postures et gestes des participants pendant leur pratique et répondront aux questions des uns et des autres. Le(a) formateur(rice) veillera à ce que les participants changent régulièrement de partenaires afin qu'il puisse s'entraîner sur des morphologies différentes. Cela reste la meilleure méthode pour être le plus près possible de la réalité du monde du travail dans le massage de bien-être et de relaxation

Pour valider une formation, le participant devra atteindre au minimum la note de 12/20, si ce n'est pas le cas, il devra alors repasser la partie qu'il a échoué. Chaque formation validée donne droit à une attestation ou à une certification.

La formation de Technicien en Massage de Bien-Etre est certifiante de par le Titre RNCP enregistré le 7 août 2018 n° 31482.



# A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en massage de Bien-Etre et Médecine  
Traditionnelle Chinoise



## Bloc de compétences :

Intitulé	Descriptif et modalités d'évaluation
<p>Bloc de compétence n°1 de la fiche n° 31482 - Installation d'une activité de massages traditionnels</p>	<p><b>Les compétences attestées :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Déterminer son mode de travail</li> <li>- Définir si besoin son emplacement (lieu, taille...)</li> <li>- Aménager son espace (répartition des volumes, décoration...)</li> <li>- Valoriser son espace</li> <li>- Choisir ses produits et marques</li> </ul> <p>Aspects administratifs et de gestion</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Faire un prévisionnel de son activité et définir le type de statut approprié à son projet professionnel</li> <li>- Gérer son activité : tenue d'une caisse, établir des factures et exploiter un mode de gestion (logiciels et cabinet comptable)</li> <li>- Organiser ses commandes et de ses ventes</li> <li>- Gérer ses rendez-vous</li> <li>- Animer son espace de vente</li> <li>- Présenter esthétiquement une offre commerciale sur un plan graphique, rédactionnel et visuel</li> <li>- Elaborer une action marketing et promotionnelle</li> <li>- Adapter son offre en fonction de la typologie des clients (particuliers, entreprises...)</li> <li>- Développer et fidéliser une clientèle par une communication adaptée</li> <li>- Utiliser tous les canaux et les réseaux de communication pour positionner son action commerciale (stratégie de vente)</li> <li>- Animer des réunions et des informations pour présenter les prestations</li> <li>- Assister à des évènements sur le thème du bien-être</li> <li>- Mettre à jour le site internet de ses prestations</li> </ul> <p><b>Modalités d'évaluation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rédaction d'un livret de rapport de situation pour l'implantation et la gestion de son activité.</li> </ul>
<p>Bloc de compétence n°2 de la fiche n° 31482 - Pratiques des massages traditionnels</p>	<p><b>Les compétences attestées :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparer la salle et la table pour l'accueil du client et le positionner l en fonction des différentes techniques de massage</li> <li>- Créer une ambiance adaptée aux différentes techniques</li> <li>- S'assurer du consentement du client par un entretien sur son état de santé</li> <li>- Identifier les attentes du client pour adapter le massage en fonction de sa demande</li> <li>- Expliquer au client l'origine des différents massages proposés</li> <li>- Présenter les différents produits qui seront utilisés lors du massage</li> <li>- Appliquer un toucher pour avoir l'acceptation de prise en charge du client</li> <li>- Proposer un drapping en fonction du choix de la personne</li> <li>- Accompagner la personne tout au long du massage par rapport à son ressenti et réadapter si besoin la technique</li> <li>- Appliquer les mouvements appropriés et les gestes spécifiques aux massages</li> </ul> <p><b>Modalités d'évaluation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cas pratique de mise en situation réelle sur sujet.</li> </ul>

